SOLE

FITNESS

Cycle-exerciseur intérieur **SB700**

Modèle : 168683700
Guide d'utilisation

Lisez et comprenez ce guide au complet avant d'utiliser votre nouveau cycle-exerciseur.

TABLE DES MATIÈRES

Enregistrement du produit **3**

Mesures de sécurité **4**

Renseignements importants en matière de fonctionnement **5**

Assemblage **6**

Fonctionnement de votre nouveau cycle-exerciseur intérieur **12**

Plan détaillé **19**

Liste des pièces **20**

Garantie limitée du fabricant **22**

ATTENTION
Ce cycle-exerciseur est conçu pour être utilisé uniquement à domicile et est garanti à cet effet. Toute autre application annule cette garantie en entier.

FITNESS

FÉLICITATIONS POUR L'ACHAT DE VOTRE NOUVEAU CYCLE-EXERCISEUR INTÉRIEUR ET BIENVENUE DANS LA FAMILLE SOLE!

Merci d'avoir acheté ce cycle-exerciseur intérieur SOLE de qualité de Dyaco Canada Inc. Votre nouveau cycle-exerciseur a été fabriqué par l'un des meilleurs fabricants mondiaux de produits de conditionnement et est accompagné de l'une des meilleures garanties sur le marché. Dyaco Canada Inc. fera tout en son possible pour que votre expérience, en tant que propriétaire, soit des plus satisfaisantes au cours des prochaines années.

Pour toute question concernant votre nouveau produit SOLE ou la garantie, communiquez avec Dyaco Canada Inc. en composant le 1-888-707-1880.

Prenez quelques minutes pour noter le nom du commerçant, son numéro de téléphone et la date d'achat ci-dessous afin de faciliter toute communication ultérieure. Nous apprécions votre confiance en SOLE et nous nous souviendrons toujours que vous êtes la raison d'être du succès de notre entreprise. Veuillez remplir et poster votre carte d'enregistrement dès aujourd'hui, et profiter de votre nouveau cycle-exerciseur intérieur.

Votre commerçant dans le domaine de la santé,
Dyaco Canada Inc.

Nom du commerçant _____

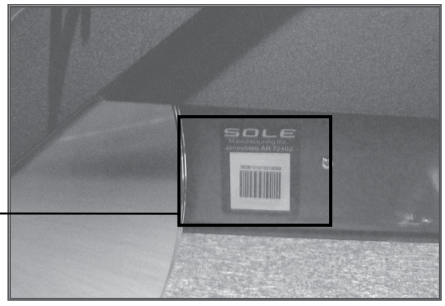
Numéro de téléphone du commerçant _____

Date d'achat _____

ENREGISTREMENT **DU PRODUIT**

ENREGISTREZ VOTRE NUMÉRO DE SÉRIE
Veuillez enregistrer le numéro de série de ce produit de conditionnement dans l'espace ci-dessous.

Numéro de série _____



MESURES DE **SÉCURITÉ**

MISE EN GARDE – Lisez toutes les instructions avant d'utiliser cet appareil.

1. Utilisez cet appareil uniquement aux fins pour lesquelles il a été conçu dans ce guide. N'essayez pas de pédaler ce cycle-exerciseur trop rapidement jusqu'à ce que vous l'ayez utilisé pendant quelque temps et que vous êtes confortable en le pédalant plus lentement.
2. Le cycle-exerciseur n'a pas de système roue libre, ce qui signifie que lorsque le volant est en mouvement, les pédales sont aussi en mouvement. N'essayez pas d'arrêter l'appareil en appliquant de la pression vers l'arrière sur les pédales lorsqu'elles tournent, ce qui pourrait endommager les genoux. N'essayez pas non plus d'enlever les pieds des pédales lorsqu'elles tournent.
3. Attendez que le volant ralentisse et qu'il s'arrête avant de descendre du cycle-exerciseur. Si vous voulez arrêter le volant, appuyez sur le bouton du frein.
4. Des blessures graves ou même la mort peuvent s'ensuivre si vous vous surentraînez. Consultez un médecin ou un entraîneur qualifié pour déterminer un programme d'exercices qui convient à votre niveau de forme physique.
5. N'essayez pas de tourner la manivelle du pédalier avec les mains. Ne touchez à aucun mécanisme d'entraînement s'il est en mouvement pour éviter toute blessure.
6. Dans un endroit résidentiel, éloignez les enfants du cycle-exerciseur lorsqu'il n'est pas utilisé. Éloignez les enfants et les animaux domestiques de l'appareil lorsqu'il est utilisé.
7. Ne vous penchez pas sur les guidons.
8. N'échappez pas ou n'insérez pas d'objets dans les ouvertures.
9. Utilisez le cycle-exerciseur uniquement sur un plancher stable et au niveau.
10. Suivez les instructions pour utiliser cet appareil en toute sécurité, notamment la position assise convenable, la position sur les guidons et la position appropriée des pieds sur les pédales. N'essayez pas d'élever la potence des guidons et la tige de selle au-delà de la position « MAX ».
11. Pour une opération sécuritaire, allouez au moins un pied (30 cm) d'espace libre des deux côtés de l'appareil et deux pieds (60 cm) d'espace libre derrière l'appareil.

Inspectez régulièrement le cycle-exerciseur pour les dommages et l'usure. Les composantes inopérables devraient être remplacées immédiatement ou l'appareil ne devrait pas être utilisé jusqu'à ce qu'il soit réparé.

Le fait de ne pas suivre toutes les lignes directrices peut compromettre l'efficacité de la séance d'exercices, vous exposer aux risques de blessures (et de blessures possibles aux autres personnes) et réduire la durée de l'appareil.

SAUVEGARDEZ CES INSTRUCTIONS ET PENSEZ SÉCURITÉ!

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS EN **MATIÈRE DE FONCTIONNEMENT**

MISE EN GARDE - EN TANT QUE PROPRIÉTAIRE DE CET APPAREIL, VOUS DEVRIEZ INSISTER QUE TOUS LES UTILISATEURS ET TOUTES LES UTILISATRICES SUIVENT LES MÊMES LIGNES DIRECTRICES : DONNEZ L'ACCÈS DE CE GUIDE À TOUS ET CHACUN.

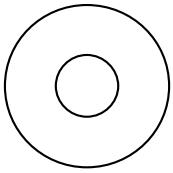
1. Passez un examen physique complet chez votre médecin et demandez à un professionnel de la santé de vous aider à développer un programme d'exercices qui convient à votre état de santé actuel avant de commencer votre entraînement.
2. Lorsque vous vous entraînez pour la première fois, commencez lentement pendant les cinq premières minutes. Après que vos muscles sont réchauffés, augmentez graduellement la vitesse des pédales et/ou la résistance.
3. La vitesse et la durée de votre programme d'exercices devraient toujours dépendre de votre état actuel. Ne vous laissez pas influencer par la pression de vos pairs pour surpasser votre jugement personnel en vous entraînant.
4. Les personnes qui font de l'embonpoint ou qui sont sévèrement déconditionnées devraient faire particulièrement attention en utilisant cet appareil pour la première fois. Même si ces personnes peuvent ne pas avoir d'histoire de problèmes physiques graves, elles peuvent percevoir l'exercice comme étant beaucoup moins intense qu'il ne l'est en réalité, résultant dans la possibilité de surentraînement ou de blessure.
5. L'installation appropriée et l'entretien régulier sont nécessaires pour assurer la sécurité de l'utilisateur ou de l'utilisatrice. L'entretien de l'appareil est la responsabilité unique du propriétaire ou de la propriétaire.

LISTE DE PRÉ-**ASSEMBLAGE**

1 FERRURES – **ÉTAPE 1**

No. 82. Écrou 3/8 po (4 pièces)

No. 81. Boulon à tête hexagonale 3/8 po x 3 ½ po (4 pièces)

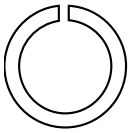


No. 83. Rondelle courbée 3/8 po x 23 mm (4 pièces)

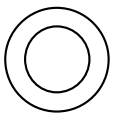
2 FERRURES – **ÉTAPE2**

No. 91. Vis M5 x 10 mm (2 pièces)

4 FERRURES – **ÉTAPE 4**



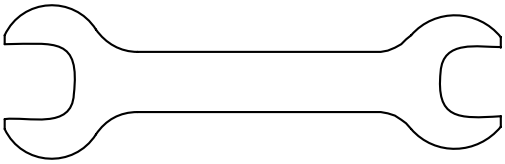
No. 49. Rondelle à ressort 5/16 po (4 pièces)



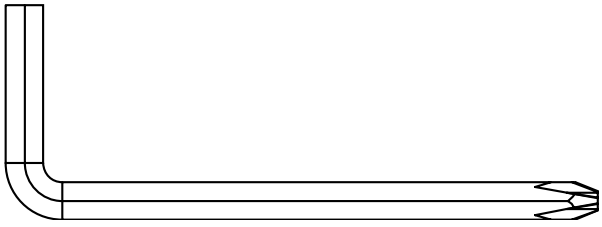
No. 48. Rondelle ordinaire 5/16 po x 16 mm (4 pièces)

No. 88. Boulon à tête creuse M5 x 10 mm (4 pièces)

OUTILS **NÉCESSAIRES**



No. 85. Clef



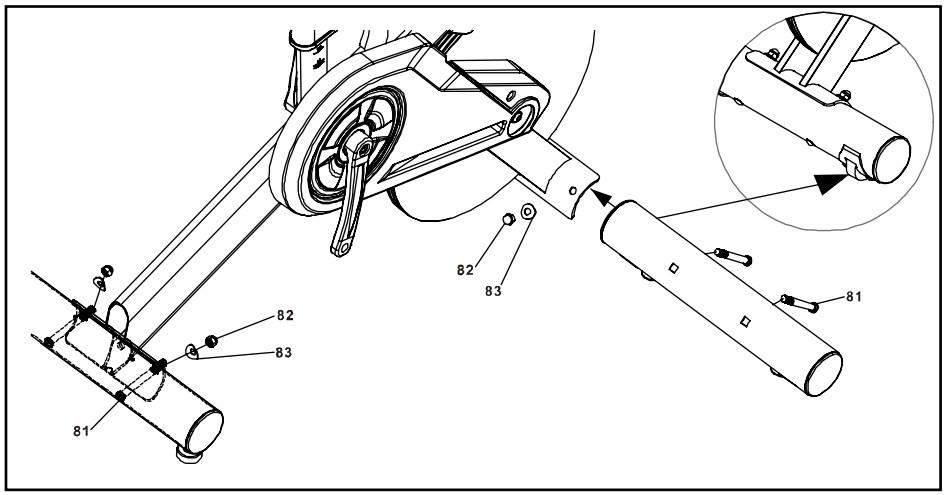
No. 86. Clef combinée allen M5 avec tournevis Phillips

ASSEMBLAGE

PRÉ-**ASSEMBLAGE**

1. À l'aide d'un couteau polyvalent (découpeur de boîtes), coupez l'extérieur, le fond et les arrêtes de la boîte. Levez la boîte au-dessus de l'appareil et dépaquetez-le.
2. Enlevez attentivement toutes les pièces du carton et inspectez si elles sont endommagées ou s'il en manque. Si des pièces sont endommagées ou s'il en manque, communiquez immédiatement avec votre commerçant.
3. Prenez le sac des ferrures. Enlevez d'abord les outils. Enlevez les ferrures du sac une étape à la fois pour éviter de les mêler.

1 ÉTAPE 1 – **TUBES STABILISATEURS**



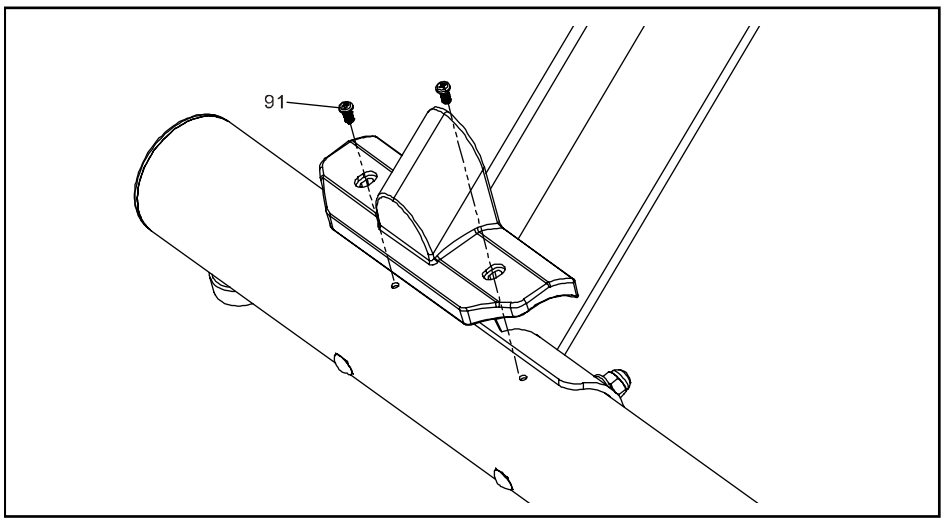
FERRURES – **ÉTAPE 1**

No. 82. Écrou 3/8 po (4 pièces)
No. 81. Boulon mécanique 3/8 po x 3 ½ po (4 pièces)
No. 83. Rondelle courbée 3/8 po x 23 mm (4 pièces)

1. Fixez le stabilisateur avant (celui dont les roues sont fixées dans la partie inférieure du tube) et le stabilisateur arrière en insérant deux Boulon mécanique (81) dans chaque tube. Serrez deux rondelles courbées (83) et deux écrous (82) dans chaque tube à l'aide de la clef (85) fournie.

2 ÉTAPE 2 – **COUVERCLE DU STABILISATEUR ARRIÈRE**

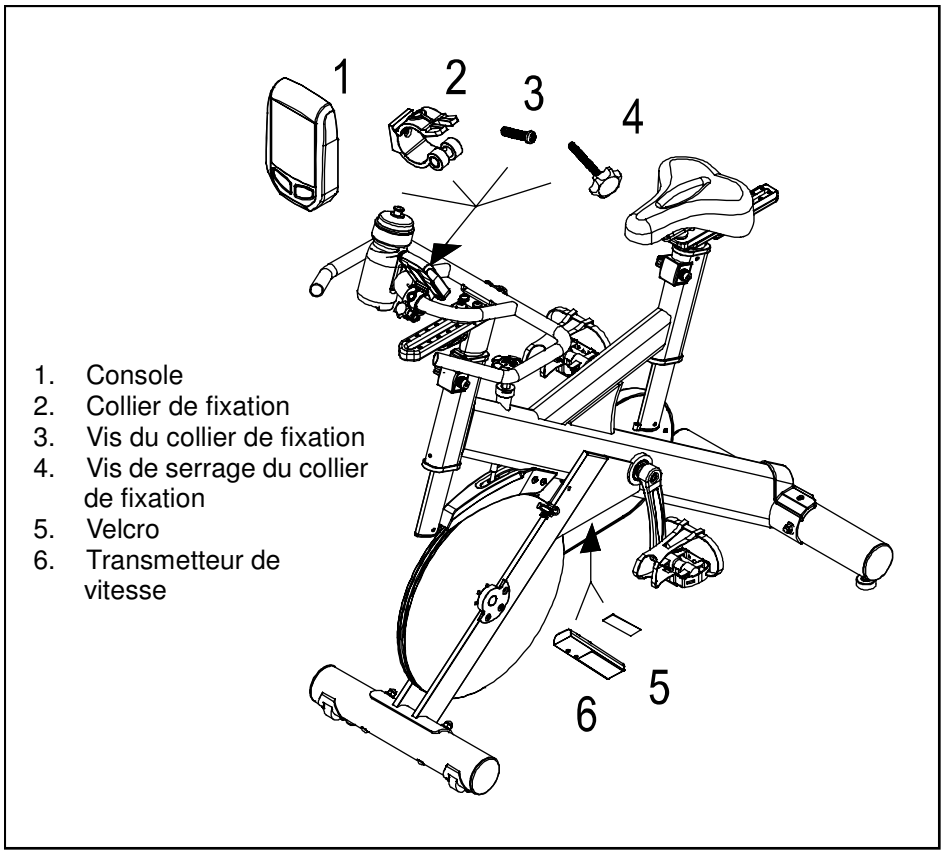
FERRURES – **ÉTAPE 2**



No. 91. Vis M5 x 10 mm (2 pièces)

1. Fixez le couvercle du stabilisateur arrière avec deux vis (91). Serrez-les à l'aide de la clef combinée allen M5 avec tournevis Phillips (86).

3 ÉTAPE 3 – **CONSOLE**



1. Console
2. Collier de fixation
3. Vis du collier de fixation
4. Vis de serrage du collier de fixation
5. Velcro
6. Transmetteur de vitesse

Installation des piles dans la console du cycle-exerciseur intérieur SOLE

1. Enlevez le couvercle du boîtier des piles à l'arrière de l'ordinateur.
2. Insérez deux piles AAA dans le compartiment des piles et réinstallez le couvercle du boîtier des piles.
3. Lorsque la tension en circuit fermé est trop basse, l'indicateur « Low battery » apparaît à l'affichage de la console pour avertir qu'il est temps de changer les piles.

Installation des piles dans l'émetteur du capteur de vitesse

1. Enlevez le couvercle du boîtier des piles de l'émetteur.
2. Insérez deux piles AAA dans le compartiment des piles et réinstallez le couvercle du boîtier des piles.
3. Lorsque des piles fraîches sont installées dans l'émetteur ou dans la console, vous devez effectuer la procédure de synchronisation ci-dessous pour permettre à la console de fonctionner adéquatement.

Synchronisation de l'émetteur avec la console :

Après avoir installé les piles, et avant de fixer la console et l'émetteur au cycle-exerciseur, vous devez synchroniser les deux mécanismes pour leur permettre de communiquer ensemble.

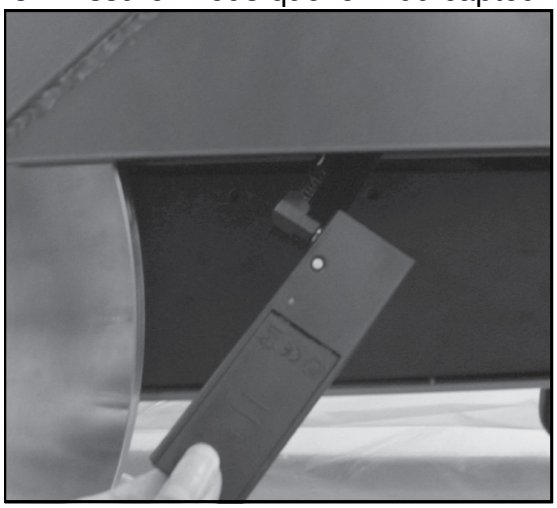
1. Appuyez sur les deux boutons sur le devant de la console pendant trois secondes jusqu'à ce que l'affichage indique ID - -
2. Appuyez sur le bouton bleu de l'émetteur pendant trois secondes et laissez aller. L'affichage de la console devrait indiquer ID 0.
   NOTE : Vous devez appuyer sur le bouton bleu à l'intérieur de 10 secondes après que la console affiche ID - -, autrement la console affichera ID ER. Si la console affiche cette erreur, recommencez alors la procédure à partir du début.
3. Il peut être nécessaire d'enlever les piles et de les réinstaller dans la console et dans l'émetteur si vous continuez de recevoir cette erreur.

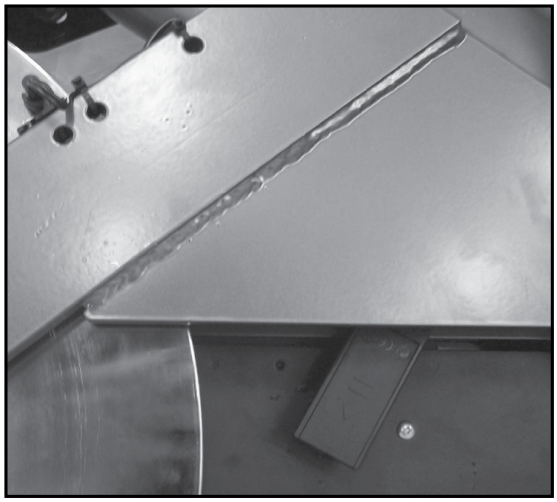
Installation de la console :

1. Fixez le collier de fixation (2) à l'arrière de la console (1) avec la vis du collier de fixation (3).
2. Fixez et serrez légèrement la vis de serrage (4) et ajustez l'angle de la console pour une meilleure visibilité. Une fois que la console est réglée, continuez de serrer la vis jusqu'à ce que la console soit bien serrée sur les guidons.

Installation de l'émetteur :

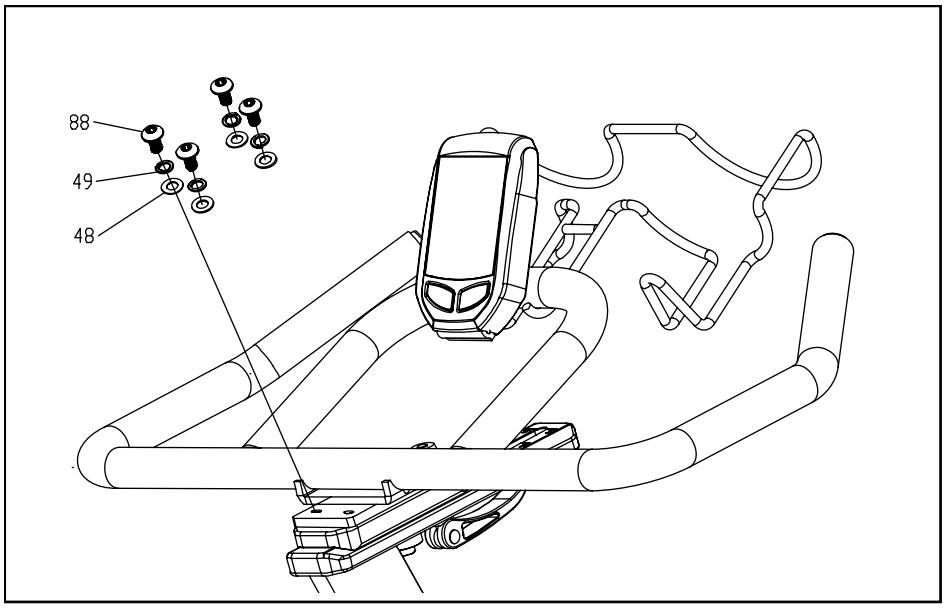
1. Assurez-vous de passer le fil du capteur de vitesse derrière le membre du cadre. Branchez le fil du capteur dans l'émetteur tel qu'illustré ci-dessous.
2. Fixez l'émetteur dans l'angle illustré ci-dessous sur la bande Velcro pré-installée située à l'arrière du garde-chaîne. Assurez-vous que la connexion du fil du capteur se trouve dans la partie supérieure gauche lorsque vous installez l'émetteur.
3. Assurez-vous que le fil du capteur est passé loin du volant.





4 ÉTAPE 4 – **GUIDONS**

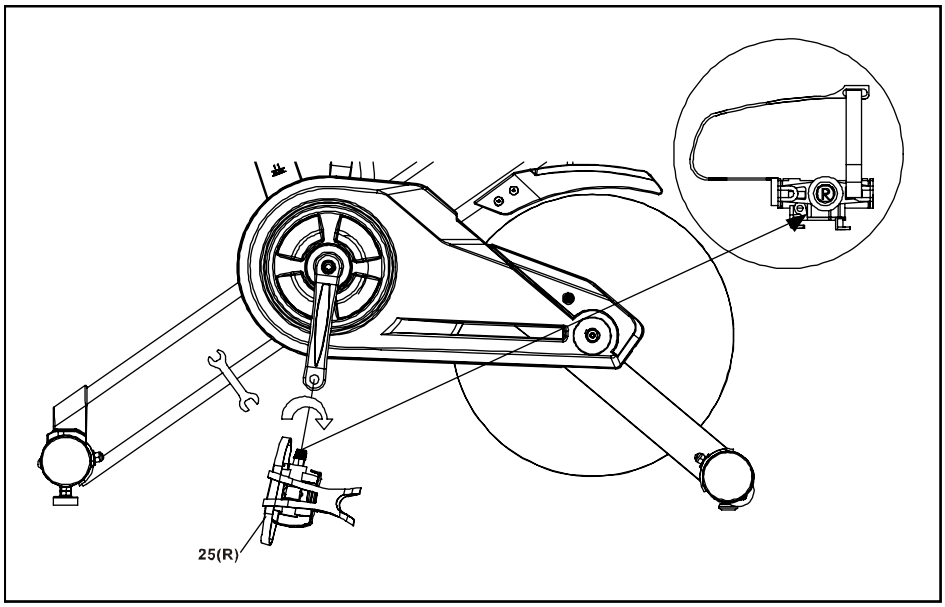
FERRURES – **ÉTAPE 4**

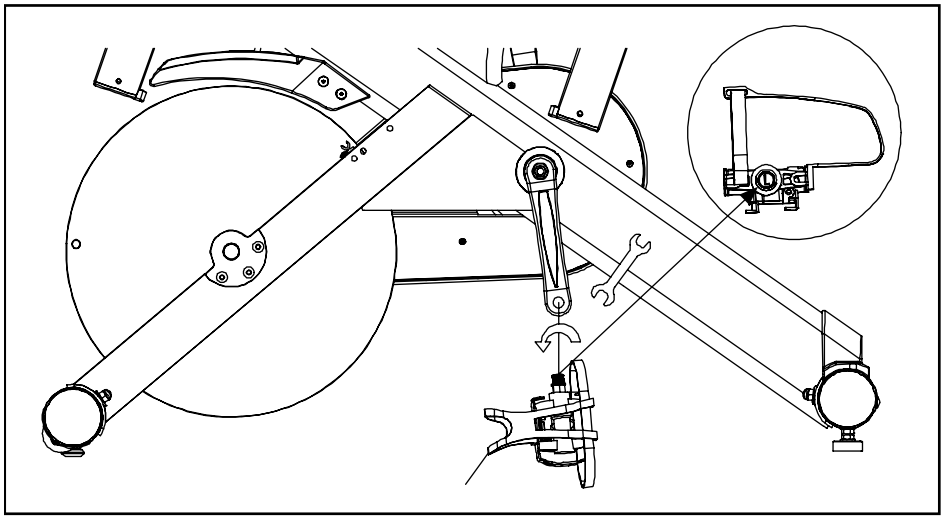


No. 49. Rondelle à ressort 5/16 po (4 pièces)
No. 48. Rondelle ordinaire 5/16 po x 16 mm (4 pièces)
No. 88. Boulon à tête creuse M5 x 10 mm (4 pièces)

1. Fixez les guidons (en les orientant tel que dans l'illustration) avec quatre boulons (88), quatre rondelles à ressort (49) et quatre rondelles ordinaires (48). Serrez-les à l'aide de la clef combinée allen M5 avec tournevis Phillips (86).

5 ÉTAPE 5 – **PÉDALES DROITE ET GAUCHE**



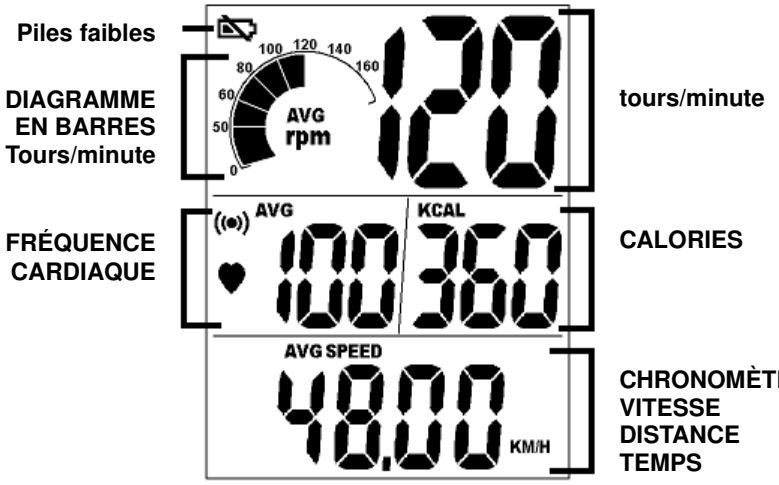


1. Fixez les pédales droite et gauche dans la manivelle appropriée. Un « R » et un « L » sont marqués à l'extrémité de la partie filetée des pédales pour les distinguer. Consultez les illustrations pour vous assurer de les placez à l'endroit qui convient. NOTE : La pédale du côté gauche est filetée à gauche et doit être vissée dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Serrez chaque pédale autant que possible à l'aide de la clef (85) fournie. Si vous entendez un pilonnement en pédalant, ceci veut dire normalement qu'une ou les deux pédales ne sont pas suffisamment serrées. Vous devrez peut-être les serrer de nouveau de temps à autre.

FONCTIONNEMENT DE VOTRE CYCLE-**EXERCISEUR INTÉRIEUR**

FAMILIARISEZ-VOUS AVEC LE TABLEAU DE COMMANDE

CONSOLE



VEUILLEZ NOTER :

1. Le système de la console du cycle-exerciseur intérieur SOLE est un mécanisme scellé et ne doit être ouvert que pour installer les piles. Tout mécanisme ouvert annule la garantie.
2. Pour nettoyer la console du cycle-exerciseur intérieur SOLE, utilisez un chiffon propre et humide. L'utilisation de toute solution de nettoyage corrosive annule la garantie.
3. Le système de la console du cycle-exerciseur intérieur SOLE n'est pas imperméable, il est seulement résistant à l'eau. Toute exposition excessive à l'eau annule la garantie.

L'empaquetage de la console du cycle-exerciseur intérieur SOLE comprend une console d'ordinateur et un émetteur pour le capteur de vitesse.
L'émetteur compte le nombre de fois que l'aimant, qui est fixé sur l'assemblage de la manivelle, passe devant le capteur. L'émetteur du capteur de vitesse envoie alors un signal codé à la console qui contient les données mesurées (vitesse et cadence).

FONCTION DE **LA CONSOLE**

FONCTION DE LA CONSOLE

TEMPS

Le temps est mesuré en min:sec. Il y a aussi une horloge régulière et un chronomètre. Le chronomètre compte en progressant ou à rebours lorsque vous pédalez. Si vous arrêtez de pédaler, le temps arrête de s'accumuler après trois secondes.

TOURS/MINUTE ET CADENCE

La cadence est la mesure de la vitesse que les manivelles tournent en tours/minute. La vitesse approximative du cycle-exerciseur peut aussi être affichée en mph et kmph. En plus des mph et des kmph, la section des tours/minute de l'affichage comprend aussi un diagramme en barres qui permet à l'utilisateur ou à l'utilisatrice de tenir compte visuellement des tours/minutes approximatifs.

DISTANCE

La distance est la mesure de la distance virtuelle parcourue sur le cycle-exerciseur. Cette distance est basée sur le fait que l'utilisateur conduit une bicyclette avec des pneus qui ont la même circonférence que le volant du cycle-exerciseur.

KCAL

Kcal est l'approximation des calories consommées pendant votre séance d'exercices. Les calories ne sont seulement qu'un estimé.

FRÉQUENCE CARDIAQUE

Ceci consiste en l'approximation de la fréquence cardiaque détectée à partir de la sangle de poitrine (vendue séparément) pendant votre séance d'exercices.

Changement des données du système métrique au système standard ou vice-versa.

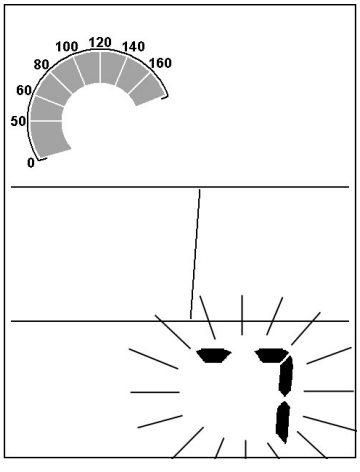
NOTE : Vous devez appuyer sur les boutons assez rapidement si vous ne voulez pas que l'écran retourne aux paramètres précédents.

1. Appuyez sur le bouton de gauche plusieurs fois jusqu'à ce que la DISTANCE de la séance d'exercice soit affichée.
2. Appuyez sur le bouton de droite jusqu'à ce que le TEMPS de la séance d'exercice soit affiché.
3. Appuyez quatre fois sur le bouton de gauche.
4. Appuyez une fois sur le bouton de droite.
5. Appuyez une fois sur le bouton de gauche.
6. Appuyez sur le bouton de gauche jusqu'à ce que le changement soit complètement effectué.

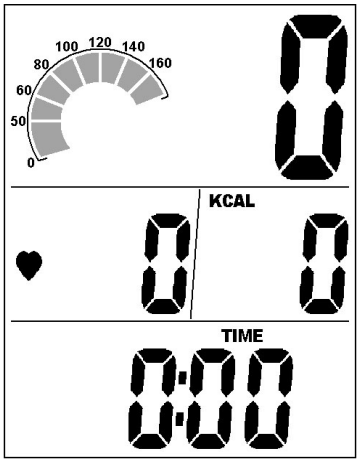
DÉMARRAGE RAPIDE

Lorsque la console est dans le mode de veille, appuyez sur un bouton pour réveiller la console et allez à l'écran initial, aussi nommé l'état actif « QUICK Start ».

MODE DE VEILLE

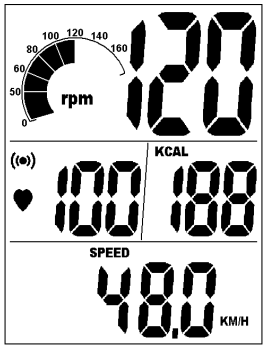


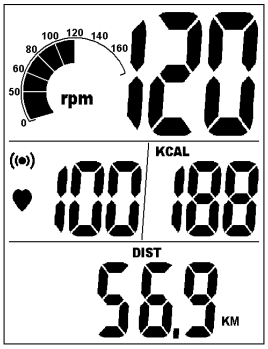
MODE DE DÉMARRAGE RAPIDE

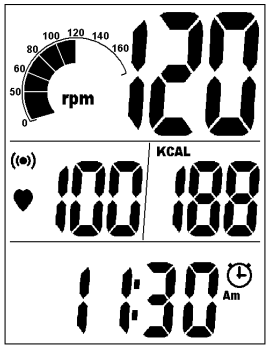


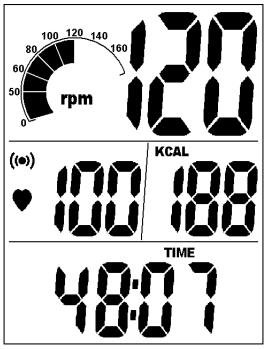
MODE CHOIX

Appuyez sur le bouton de gauche pour choisir SPEED (vitesse), DIST (distance), TIME (temps) ou CLOCK (horloge) dans la partie inférieure de l'affichage.

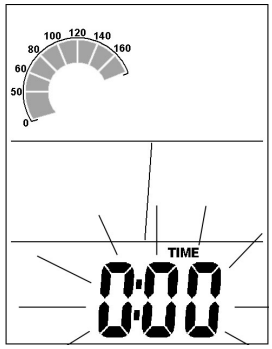






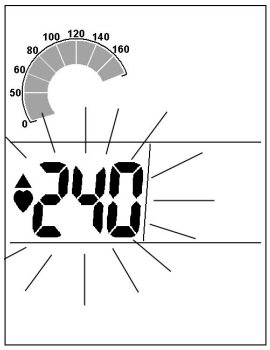


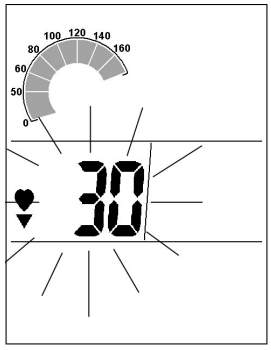
REMISE À ZÉRO / CHOIX DE L'ALARME DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE



1. Appuyez sur le bouton de droite pour activer la fréquence cardiaque (ceci s'inscrira seulement si vous portez la sangle de poitrine qui est vendue séparément). Si l'alarme est engagée, l'icône de l'alarme clignotera et un signal sonore sera émis pour indiquer que votre fréquence cardiaque est soit au-dessus ou en dessous de la zone cible choisie.
2. Pour remettre à zéro le TIME (temps), la AVG SPEED (vitesse moyenne), le AVG PULSE (pouls moyen), la DISTANCE (distance) et les KCAL (kilocalories) de la séance d'exercices, appuyez sur le bouton de gauche jusqu'à ce que TIME soit affiché, puis appuyez sur le bouton de droite jusqu'à ce que les données soient remises à zéro.

ZONES DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE

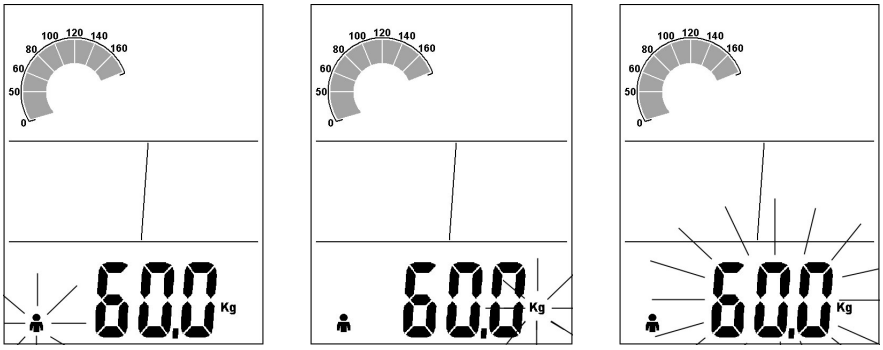




1. Appuyez sur le bouton de gauche jusqu'à ce que « SPEED » soit affiché, puis appuyez sur le bouton de gauche pendant trois secondes. Lorsque « TIME » clignote, appuyez sur le bouton de gauche pour choisir les paramètres de la zone de la fréquence cardiaque cible.
2. Appuyez sur le bouton de droite pour augmenter la limite de la fréquence cardiaque maximale. Après avoir réglé la fréquence cardiaque maximale, appuyez sur le bouton de gauche pour régler la limite de la fréquence cardiaque maximale.

AUTRES RÉGLAGES

1. GENRE : Appuyez sur le bouton de gauche jusqu'à ce que « SPEED » soit affiché, puis appuyez sur le bouton de gauche pendant trois secondes. Lorsque « TIME » clignote, appuyez sur le bouton de gauche jusqu'à ce que l'icône du genre clignote, puis appuyez sur le bouton de droite pour choisir le genre.
2. Appuyez sur le bouton de gauche pour régler le poids (lb ou kg), puis appuyez sur le bouton de droite pour choisir le poids.
3. POIDS : Appuyez sur le bouton de gauche pour régler le poids. Appuyez sur le bouton de droite pour augmenter le poids. Continuez d'appuyer sur le bouton de droite pour avancer rapidement.



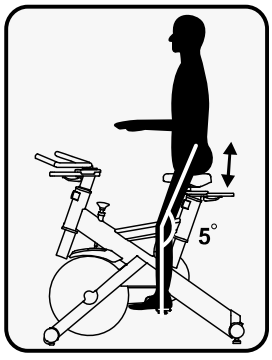
SI VOUS UTILISEZ CET APPAREIL **POUR LA PREMIÈRE FOIS**

RÉGLAGE PERSONNALISÉ DU CYCLE-EXERCISEUR

Prenez quelque temps pour apprendre comment personnaliser le cycle-exerciseur selon vos besoins; votre séance d'exercices sera par le fait même plus agréable et plus sécuritaire. Si vous vous entraînez sur un appareil qui n'est pas réglé pour vous peut être inconfortable en plus d'augmenter votre risque de blessures.

AJUSTEMENT DE LA POSITION DE LA SELLE

Ajustement de la hauteur de la selle

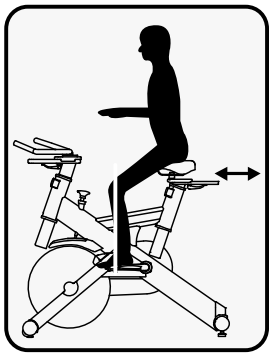


1. Tenez-vous debout à côté du cycle-exerciseur et réglez la hauteur de la selle à la hauteur de la hanche.
2. Tournez les bras de manivelle jusqu'à ce que les pédales soient dans la position verticale : 12 et 6 heures.
3. Placez le pied dans la cage de la pédale qui est la plus près du plancher et montez sur le cycle-exerciseur.
   Assurez-vous que la pointe du pied dépasse le centre de la pédale. La jambe devrait être légèrement fléchie au genou, à environ 5 degrés.

4. Si la jambe est trop droite ou si le pied ne peut pas toucher la pédale, vous devez descendre la selle. Si la jambe est trop fléchie, vous devez monter la selle.
5. Descendez du cycle-exerciseur. Desserrez le levier de serrage rapide sur la tige de selle pour régler la hauteur de la selle au besoin.
6. Lorsque la selle est dans la position désirée, utilisez le levier de serrage rapide pour serrer la tige de selle.
7. Notez la marque de la position sur la tige de selle aux fins de référence ultérieure.

Ajustement de la position avant/arrière de la selle

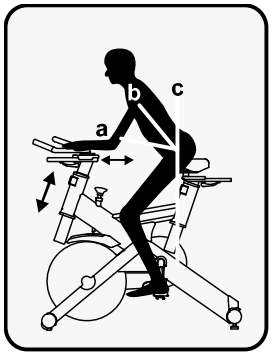
8. Assoyez-vous sur le cycle-exerciseur en plaçant les bras de manivelle dans la position horizontale : 3 et 9 heures. La position avant/arrière (pour l'entraînement sur une vraie bicyclette) de la selle est correcte lorsque la petite bosse sur le tibia de la jambe se trouve au-dessus de l'essieu de la pédale.
9. Descendez du cycle-exerciseur. Desserrez le levier de serrage rapide sous la selle et glissez la selle vers l'avant ou vers l'arrière dans la position désirée; serrez le levier de serrage rapide.



AJUSTEMENT DES GUIDONS

Ajustement de la hauteur des guidons

1. La hauteur des guidons est une question de préférence. Commencez en plaçant les guidons à la même hauteur que la selle. Si les guidons sont plus élevés, votre position assise est plus verticale et si les guidons sont plus bas, votre position assise est plus horizontale.
2. Montez ou descendez les guidons en desserrant le bouton de serrage rapide sur la potence des guidons et réglez-les en glissant les guidons à la hauteur désirée. Serrez ensuite le bouton de serrage rapide pour serrer la potence des guidons. Notez la marque de la position sur la potence des guidons aux fins de référence ultérieure.



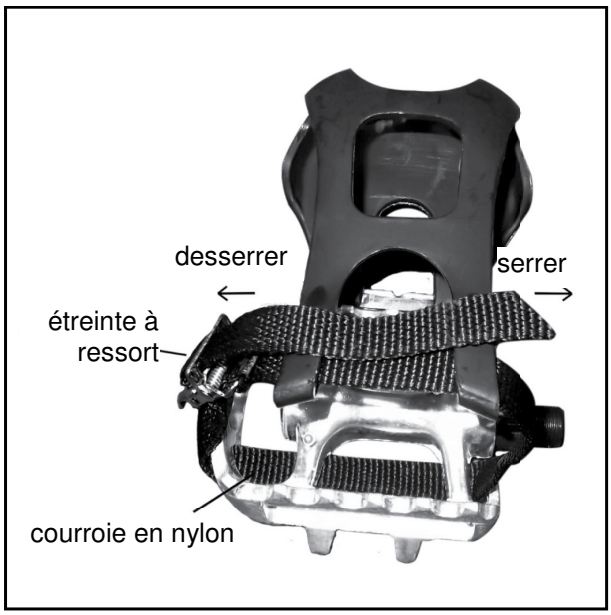
Ajustement de la position avant/arrière des guidons

3. Desserrez le bouton de serrage rapide sous les guidons et glissez les guidons vers l'avant ou vers l'arrière dans la position désirée. La position correcte devrait vous permettre de tenir les guidons en fléchissant légèrement les coudes.
4. Utilisez le levier de serrage rapide pour serrer l'assemblage des guidons.

LES PÉDALES **AMBIVALENTES**

Ajustement des courroies des pédales

Placez le pied entre la surface en aluminium de la pédale et la courroie en nylon. Si l'ouverture est trop étroite, dégagez l'étreinte à ressort d'une main et tirez la courroie en nylon avec l'autre main pour élargir l'ouverture de la courroie. Si la courroie n'est pas assez serrée ou trop serrée, dégagez l'étreinte à ressort, puis tirez sur l'extrémité de la courroie en nylon jusqu'à ce qu'elle soit bien ajustée pour votre pied.



FONCTIONNEMENT DE BASE

Maintenant que vous avez personnalisé votre position sur le cycle-exerciseur, prenez quelques minutes pour vous exercer sur le cycle-exerciseur et déterminer si vous êtes confortable. Commencez en pédalant lentement tout en pointant les orteils et les genoux directement vers l'avant. Tenez les guidons légèrement et assoyez-vous dans une position qui permet aux épaules et au haut du corps de se détendre. Pédalez à basse résistance jusqu'à ce que vous sentez que vous pouvez garder cette position pour toute la durée de la séance d'exercices.

MISE EN GARDE!

SI, EN TOUT TEMPS PENDANT LA SÉANCE D'EXERCICES, VOUS RESSENTEZ UNE DOULEUR À LA POITRINE, VOUS EXPÉRIMENTEZ UNE SENSATION MUSCULAIRE PÉNIBLE, VOUS SENTEZ QUE VOUS ALLEZ VOUS ÉVANOUIR OU QUE VOUS ÊTES À BOUT DE SOUFFLE, ARRÊTEZ DE VOUS EXERCER IMMÉDIATEMENT. SI LA CONDITION PERSISTE, CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN IMMÉDIATEMENT.

1. La résistance des pédales est contrôlée par le bouton de tension. La résistance peut être changée en tout temps en tournant le bouton de tension : dans le sens des aiguilles d'une montre pour augmenter la résistance et dans le sens contraire des aiguilles d'une montre pour réduire la résistance.
2. Pour freiner, appuyez sur le bouton de tension.
3. Avant de descendre de votre cycle-exerciseur, freinez pour arrêter le volant ou augmentez la résistance pour que le volant s'arrête de lui même.

GUIDE DE DÉPANNAGE

Pas d'affichage sur la console

1. Appuyez sur un bouton pour mettre la console dans le mode QUICK START (démarrage rapide).

2. Assurez-vous que les piles sont installées correctement dans la console et l'émetteur, et qu'elles sont fraîches.

Pas d'affichage de la fréquence cardiaque (l'émetteur sur la sangle de poitrine est vendu séparément)

1. Assurez-vous que la sangle de poitrine est portée correctement et qu'il y a de l'humidité sous les électrodes.
2. Placez le cycle-exerciseur dans un endroit éloigné de tout équipement qui pourrait interférer avec le signal radiofréquence, par exemple, un lecteur DVD ou une télévision.

Le nombre de la cadence est trop élevé ou trop bas

1. Éloignez les cycle-exerciseurs dont les consoles sont réglées avec le même code et qui fait en sorte qu'elles communiquent en elles, ou synchronisez l'émetteur et la console (consultez la page 9).
2. Déplacez le cycle-exerciseur dans la salle d'exercices pour l'éloigner des endroits produisant de l'interférence radiofréquence.

Le signal de la fréquence cardiaque est interrompu ou disparaît (l'émetteur sur la sangle de poitrine est vendu séparément)

1. Assurez-vous qu'il y a au moins 36 po de distance entre les cycles-exerciseurs.
2. Vérifiez si votre sangle de poitrine est serrée et si les électrodes sont en contact avec votre poitrine en tout temps.

ATTENTION!

L'INTERFÉRENCE EXTERNE PEUT ÊTRE CAUSÉE PAR D'AUTRES APPAREILS ÉLECTRONIQUES, PAR EXEMPLE, UNE TÉLÉVISION, UN STÉRÉO, UN HAUT-PARLEUR, DES FILS ÉLECTRIQUES, ETC. S'IL Y A DE L'INTERFÉRENCE DANS L'AFFICHAGE DE LA CONSOLE, DÉPLACEZ LE CYCLE-EXERCISEUR POUR L'ÉLOIGNER DE TOUT ENDROIT PRODUISANT DE L'INTERFÉRENCE RADIOFRÉQUENCE.

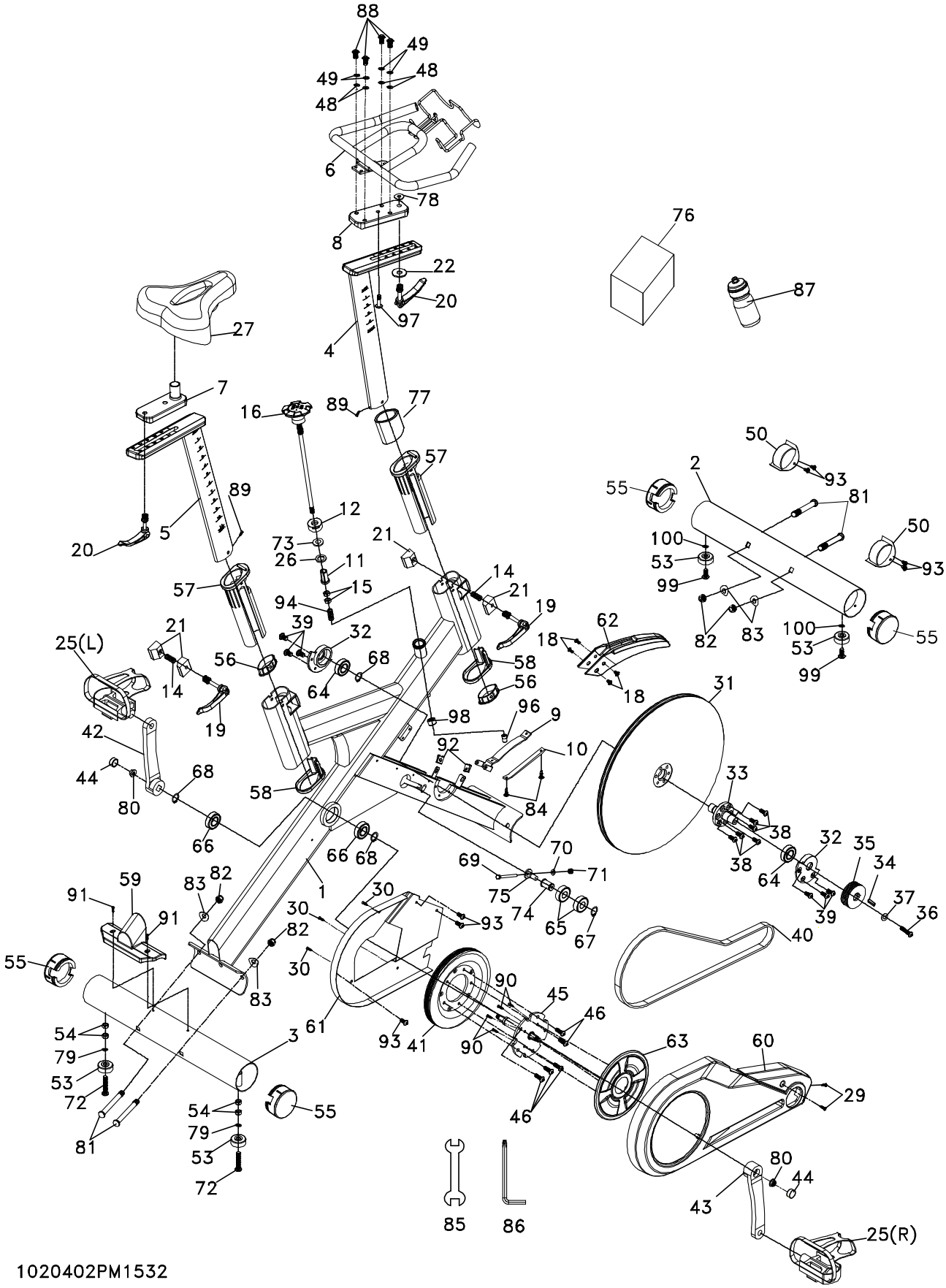
LIGNES DIRECTRICES D'ENTRETIEN

HORAIRE D'ENTRETIEN

PIÈCES	ACTION RECOMMANDÉE	FRÉQUENCE	NETTOYANT	LUBRIFIANT
Pédales	Assurez-vous que les pédales sont serrées dans les bras de manivelle, que toutes les vis sur les pédales sont serrées et que les courroies des pédales ne sont pas effilochées.	Avant chaque utilisation	Non disponible	Non disponible
Cadre	Essuyez le cadre avec un chiffon propre, doux et humide.	Chaque jour	Eau	Non disponible
Volant	Essuyez le volant en vaporisant sur un chiffon de l'huile WD-40 et en appliquant une mince couche de chaque côté du volant.	Chaque semaine	Jet de WD-40	Non disponible
Patin de freinage	Inspectez pour voir si le patin de freinage est trop usé ou sec.	Chaque semaine	Non disponible	Huile 3-dans-1 ou 10W. N'utilisez pas de lubrifiants à base de silicone.

1. Ne faites pas l'entretien des pièces internes des pédales. Si elles sont usées à l'intérieur, nous vous recommandons de les remplacer.
2. Si vous utilisez des lubrifiants ou des nettoyants autres que ceux qui sont recommandées, vous réduirez le rendement et la durée de la pièce affectée.

PLAN DÉTAILLÉ



LISTE DES **PIÈCES**

Nº	Nº DE PIÈCE	DESCRIPTION	QTÉ
1	68370001	Cadre principal	1
2	68370002	Stabilisateur avant	1
3	68370003	Stabilisateur arrière	1
4	68370004	Potence des guidons	1
5	68370005	Tige de selle	1
6	68370006	Guidons	1
7	68370007	Patin du support de la selle	1
8	68370008	Patin du support des guidons	1
9	68370009	Support du patin de frein	1
10	68370010	Patin de frein – feutre de laine	1
11	68370011	Bague	1
12	68370012	Écrou	1
14	68370014	Ressort	2
15	68370015	Contre-écrou M10 x P1,25 x 3T	2
16	68370016	Bouton de tension du frein	1
18	68370018	Tournevis Phillips M6 x 15 mm	4
19	68370019	Levier de serrage rapide 8 x 40 mm	2
20	68370020	Levier de serrage rapide 8 x 25 mm	2
21	68370021	Verrou en V en aluminium	4
22	68370022	Rondelle ordinaire 5/16 po x 35 x 3,0T	1
25	68370025	Ensemble des pédales (25L.25R)	1
26	68370026	Rondelle antirotation	1
27	68370027	Selle	1
29	68370029	Vis à tôle 5 x 16 mm	2
30	68370030	Vis à tôle 3,5 x 12 mm	3
31	68370031	Volant	1
32	68370032	Boîtier de roulement	2
33	68370033	Essieu du volant	1
34	68370034	Clavette woodruff	1
35	68370035	Poulie du volant	1
36	68370036	Boulon à tête creuse 5/16 po x ¾ po	1
37	68370037	Rondelle ordinaire 5/16 po x 20 x 3,0T	1
38	68370038	Boulon à tête creuse 5/16 po x ¾ po	6
39	68370039	Vis à empreinte cruciforme à tête plate M6 x 10L	6
40	68370040	Courroie	1
41	68370041	Poulie d'entraînement	1
42	68370042	Bras de manivelle gauche (L)	1
43	68370043	Bras de manivelle droit (R)	1
44	68370044	Capuchon de bras de manivelle	2
45	68370045	Axe du pédalier	1
46	68370046	Boulon à tête creuse 5/16 po x ½ po	5
48	68370048	Rondelle ordinaire 5/16 po x 16 x 1T	4
49	68370049	Rondelle à ressort 5/16 po x 1,5T	4
50	68370050	Roue de déplacement	2
53	68370053	Pied en caoutchouc	4
54	68370054	Écrou 3/8 po	4
55	68370055	Embout de stabilisateur	4

Nº	Nº DE PIÈCE	DESCRIPTION	QTÉ
56	68370056	Embout, tube à oeil	2
57	68370057	Encart en plastique, tube à oeil	2
58	68370058	Embout pour partie inférieure, tube à oeil	2
59	68370059	Couvercle du stabilisateur arrière	1
60	68370060	Garde-chaîne (externe)	1
61	68370061	Garde-chaîne (interne)	1
62	68370062	Garde-boue du volant	1
63	68370063	Couvercle de la poulie	1
64	68370064	Coussinet 6004 (NSK)	2
65	68370065	Coussinet 6203	2
66	68370066	Coussinet 6004 (TMT)	2
67	68370067	Anneau de retenue en forme de croissant Ø17	1
68	68370068	Anneau de retenue en forme de croissant Ø20	3
69	68370069	Boulon à tête hexagonale ¼ po x 3 po	1
70	68370070	Boulon à tête hexagonale ¼ po	1
71	68370071	Écrou nyloc ¼ po x 5,5T	1
72	68370072	Boulon à tête plate à calotte 3/8 po x 2	2
73	68370073	Rondelle éventail 25,5 x Ø16	1
74	68370074	Essieu de la roue intermédiaire	1
75	68370075	Boulon mécanique de réglage de la roue intermédiaire	1
76	68370076	Assemblage de la console	1
77	68370077	Butoir en mousse, tube à œil des guidons	1
78	68370078	Rondelle ordinaire Ø5/16 po x 23 x 2,0T	1
79	68370079	Rondelle ordinaire 3/8 po x 19 x 1,5T	2
80	68370080	Écrou M10 x P1,25	2
81	68370081	Boulon mécanique 3/8 po x 3 ½ po	4
82	68370082	Écrou-capuchon 3/8 po	4
83	68370083	Rondelle courbée 3/8 po x 23 x 1,5T	4
84	68370084	Vis à tôle M5 x 12 mm	2
85	68370085	Clef 14/15 mm	1
86	68370086	Clef combinée allen M5 avec tournevis Phillips Driver	1
87	68370087	Bouteille (facultative)	1
88	68370088	Boulon à tête creuse M5 x 10 mm	4
89	68370089	Vis à chapeau à tête creuse M5 x 10 mm	2
90	68370090	Vis à tôle Ø5 x 10 mm	4
91	68370091	Vis à empreinte cruciforme M5 x 10 mm	2
92	68370092	Pince-écrou rapide M5	2
93	68370093	Vis à tôle M5 x 10 mm	7
94	68370094	Ressort	1
96	68370096	Manchon de sécurité	1
97	68370097	Boulon à tête creuse 5/16 po x 1 po	1
98	68370098	Douille de glissement	1
99	68370099	Boulon à tête creuse 3/8 po x ¾ po	2
100	683700100	Rondelle ordinaire 3/8 po x 21 x 2T	2

Garantie limitée du fabricant

Dyaco Canada Inc. offre une garantie sur toutes les pièces SOLE pendant les périodes de temps énumérées ci-dessous, à partir de la date de vente au détail, avec ou sans reçu d'achat, ou sans reçu, 18 mois à partir de la date d'expédition originale de l'usine. La responsabilité de Dyaco Canada Inc. comprend l'approvisionnement de nouvelles pièces ou de pièces fabriquées, au choix de Dyaco Canada Inc., et le soutien technique de nos commerçants indépendants et de nos compagnies d'entretien. En l'absence de commerçants ou de compagnies d'entretien. En cas de l'absence d'un commerçant ou d'une compagnie d'entretien, Dyaco Canada Inc. s'occupera directement de la gestion de ces garanties. La période de garantie s'applique aux composantes suivantes :

Cadre	Garantie à vie
Pièces	Garantie de trois ans
Main d'oeuvre	Garantie d'un an

RESPONSABILITÉ NORMALE DU CONSOMMATEUR

Cette garantie s'applique uniquement aux produits utilisés dans les maisons familiales ordinaires; le consommateur est responsable des items suivants :

1. La carte d'enregistrement de la garantie doit être remplie et acheminée à l'adresse indiquée sur la carte en dedans de 10 jours de l'achat original pour valider la garantie limitée de Dyaco Canada Inc.
2. Le cycle-exerciseur doit être utilisé de façon appropriée conformément aux instructions fournies dans ce guide.
3. Le cycle-exerciseur doit être installé de façon appropriée conformément aux instructions fournies avec l'appareil et aux codes électriques locaux.
4. Le cycle-exerciseur doit être branché à un bloc d'alimentation équipé d'une mise à la terre avec suffisamment de tension; les fusibles grillés doivent être remplacées; les connexions défectueuses dans les câbles du circuit doivent être réparées.
5. Les dépenses encourues pour faire l'entretien du cycle-exerciseur, incluant tout item qui ne fait pas partie de l'appareil au moment de son expédition de l'usine.
6. Les dommages au revêtement du cycle-exerciseur au cours de l'expédition et de l'installation ou suivant l'installation.
7. L'entretien régulier du cycle-exerciseur tel que mentionné dans ce guide.

EXCLUSIONS

Cette garantie ne couvre pas les items suivants :

1. LES DOMMAGES CONSÉCUTIFS, COLLATÉRAUX OU INDIRECTS TELS QUE LES DOMMAGES AUX BIENS OU LES DÉPENSES ACCESSOIRES RÉSULTANT DE TOUTE INTRUSION DE CETTE GARANTIE ÉCRITE OU TOUTE AUTRE GARANTIE IMPLICITE.
   Note : Puisque certains états ne permettent pas l'exclusion ou les délimitations des dommages consécutifs ou collatéraux, cette délimitation ou exclusion peut ne pas s'appliquer à vous.
2. Le remboursement au consommateur pour les appels de service. Le remboursement au commerçant pour les appels de service qui n'ont pas rapport au fonctionnement défectueux ou aux défauts dans la main d'œuvre ou le matériel, pour les appareils qui ne sont plus sur la garantie, pour les appareils qui ont dépassé la période de remboursement pour les appels de service, pour les appareils qui n'ont pas besoin de composantes de rechange ou pour les appareils qui ne sont pas utilisés dans les maisons familiales ordinaires.
3. Les dommages causés par l'entretien effectué par les personnes autres que celles autorisées par les compagnies d'entretien de Dyaco Canada Inc.; l'usage de pièces autres que les pièces originales de Dyaco Canada Inc.; les causes externes telles que la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, les altérations, les modifications, l'abus, l'usage inapproprié, l'entretien inapproprié, l'alimentation électrique inappropriée ou les actes de la nature.
4. Les produits avec des numéros de série originaux qui ont été enlevés ou transformés.
5. Les produits qui ont été vendus, transférés, troqués ou donnés à une tierce partie.
6. Les produits dont la carte d'enregistrement de la garantie ne se trouve pas dans les dossiers de Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. se réserve le droit de demander une preuve d'achat si aucun record de garantie existe pour ce produit.
7. CETTE GARANTIE REMPLACE EXPRESSÉMENT TOUTES LES AUTRES GARANTIES EXPRIMÉES OU IMPLICITES, INCLUANT LES GARANTIES DES COMMERÇANTS ET/OU LE CONDITIONNEMENT DANS UN BUT PARTICULIER.
8. L'utilisation du produit dans un environnement autre qu'un lieu résidentiel.
9. Les garanties à l'extérieur de l'Amérique du Nord peuvent varier. Veuillez communiquer avec votre commerçant pour les détails.

ENTRETIEN

Gardez votre acte de vente. Douze (12) mois à partir de l'acte de vente ou dix-huit (18) mois à partir de la date d'expédition de l'usine tel que déterminé par le numéro de série établit la période de garantie pour tout entretien demandé. Si un entretien quelconque est effectué, demandez et gardez tous les reçus. Cette garantie écrite vous donne des droits légaux particuliers. Vous pouvez aussi avoir d'autres droits qui varient d'un état à l'autre. L'entretien sous cette garantie doit être demandé en suivant, en ordre, les étapes ci-dessous :

1. Communiquez avec votre commerçant autorisé SOLE.
2. Pour toute question concernant votre nouveau produit ou la garantie, communiquez avec Dyaco Canada Inc. en composant le 1-888-707-1880.
3. Si aucun service local n'est disponible, Dyaco Canada Inc. réparera ou remplacera les pièces, au choix de Dyaco Canada Inc., à l'intérieur de la période de garantie sans aucun frais. Tous les coûts de transport, si l'appareil est expédié à notre usine ou retourné au propriétaire, sont la responsabilité du propriétaire.
   Le propriétaire est responsable de l'emballage adéquat en acheminant l'appareil chez Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. est responsable des dommages encourus au cours de l'expédition. Faites demande pour toute indemnisation auprès de l'expéditeur approprié. N'ACHEMINEZ PAS L'APPAREIL À NOTRE USINE SANS AVOIR OBTENU AU PRÉALABLE UN NUMÉRO D'AUTORISATION. Tous les appareils qui nous arriveront sans un numéro d'autorisation seront refusés.
4. Pour plus d'information, ou pour communiquer par courrier avec notre service à la clientèle, acheminez votre correspondance à :

   Dyaco Canada Inc.
   6050 Don Murie Street
   Niagara Falls ON
   L2G 0B3

Les caractéristiques et les spécifications du produit telles que décrites ou illustrées sont sujettes à changer sans préavis. Toutes les garanties sont offertes par Dyaco Canada Inc.